

La salud mental en época de pandemia por COVID-19

11 Junio 2020

Dévora Kestel – Directora Departamento Salud Mental y Uso de Sustancias



World Health
Organization

Impacto del COVID-19 en la salud mental y el bienestar psicosocial



Es bien sabido que la adversidad es un factor de riesgo para los problemas de salud mental a corto y largo plazo.

- La pandemia COVID-19 está causando ansiedad generalizada, pánico, sensación de impotencia e incertidumbre sobre el futuro.
- Las personas con COVID-19 o que tienen seres queridos con COVID-19 están siendo particularmente afectadas, incluso por el estigma.
- Las experiencias de estrés psicológico extremo amenazan los esfuerzos de prevención de COVID-19 cuando las personas están demasiado estresadas para cumplir plenamente con la orientación de salud pública.
- Es probable COVID-19 que exacerbará las condiciones preexistentes de salud mental.

“No hay salud sin salud mental”

Impacto del COVID-19 en la salud mental y el bienestar psicosocial



- El distanciamiento físico, si bien es una medida de prevención importante, puede debilitar los sistemas de apoyo social, que probablemente afectan la salud mental de las personas y el bienestar psicosocial.
- Las personas que sufren la muerte de miembros de la familia debido a COVID-19 a menudo no tienen la oportunidad de estar físicamente presentes en sus últimos momentos, o de tener funerales de acuerdo con sus tradiciones familiares y culturales.
- El impacto económico importante, incluida la pérdida de medios de vida, exacerba las adversidades sociales subyacentes, con impactos en la salud mental, el desarrollo cerebral, el alcohol y el consumo de otras sustancias.
- Mayor preocupación por la protección, en particular las mujeres y los niños en riesgo de violencia familiar.

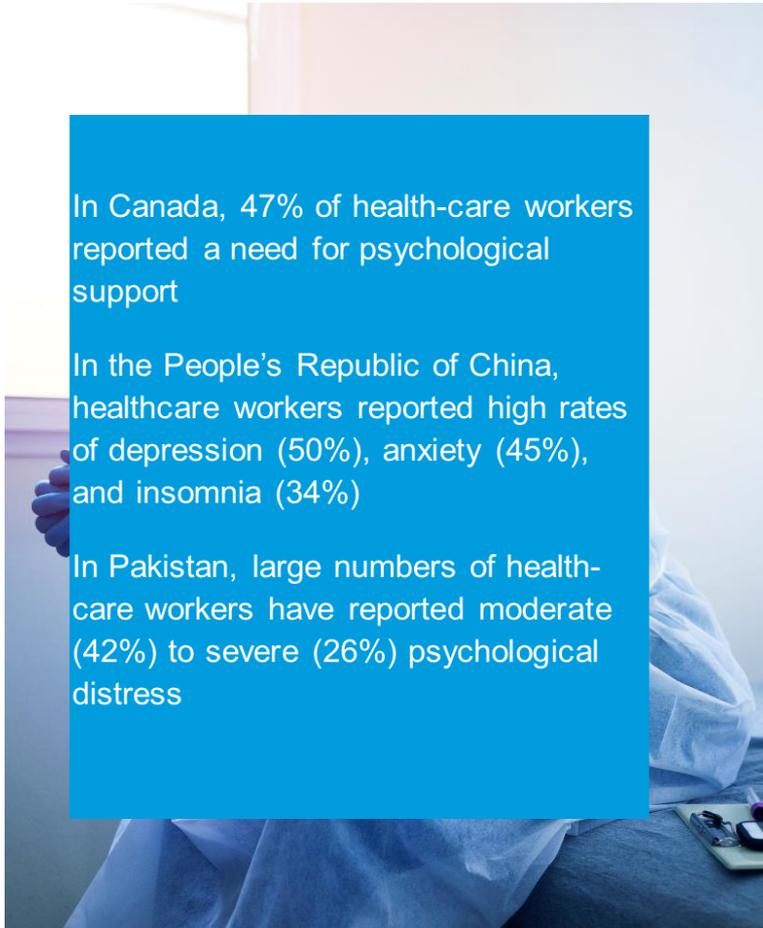
Impacto del COVID-19 en la salud mental y el bienestar psicosocial

Grupos altamente vulnerables:

- Adultos mayores o niños con problemas de desarrollo o neurológicos y sus cuidadores
- Personas con discapacidad, incluidas las discapacidades psicosociales
- Personas con problemas de salud física crónica preexistentes (por ejemplo, ENT, VIH; TB)
- Personas en centros de larga estancia (por ejemplo, hospitales psiquiátricos y hogares para adultos mayores)



Impacto del COVID-19 en la salud mental y el bienestar psicosocial



In Canada, 47% of health-care workers reported a need for psychological support

In the People's Republic of China, healthcare workers reported high rates of depression (50%), anxiety (45%), and insomnia (34%)

In Pakistan, large numbers of health-care workers have reported moderate (42%) to severe (26%) psychological distress

- Los trabajadores de primera línea, en particular los trabajadores de la salud, están desempeñando un papel crucial en la lucha contra el virus y en salvar vidas.
- Están bajo un estrés excepcional con el aumento de la carga de trabajo y el gran número de personas que necesitan atención urgente, y se enfrentan a una mayor mortalidad y sufrimiento.
- El estigma hacia las personas que trabajan con personas con COVID-19 ha sido reportado.
- Salud mental y apoyo psicosocial para el personal de salud es insuficiente
- Ha habido informes recientes de intentos de suicidio por parte de trabajadores de la salud
-

Impacto del COVID-19 en la salud mental y el bienestar psicosocial

El sector humanitario está especialmente preocupado por las **personas en movimiento** (por ejemplo, los migrantes forzados, incluidos los refugiados y los solicitantes de asilo) y las personas que viven en zonas afectadas por crisis humanitarias:

- El acceso limitado a la atención médica puede llegar a ser extremadamente difícil.
- Mayor riesgo de contraer el virus debido a condiciones de vida confinadas
- Más estigma y discriminación



Impacto de COVID-19 en los servicios de salud mental



Acceso ya limitado a la atención de salud mental

Mayor reducción a medida que la pandemia ha interrumpido los servicios en todo el mundo

Los factores clave que afectan a los servicios incluyen:

- infección y riesgo de infección en centros de larga estancia
- obstáculos para conocer a las personas cara a cara
- personal de salud mental que está infectado con el virus
- la conversión de los centros de salud mental en centros de atención para personas con COVID-19



Impacto en servicios ambulatoriales de salud mental



Disminución de la demanda de servicios de salud mental cara a cara debido al miedo a la infección, particularmente entre las personas mayores

Muchos servicios han tenido que cambiar a la atención de salud mental remota

Mayor atención a los servicios digitales de autoayuda y de salud mental digital y a los programas de crianza

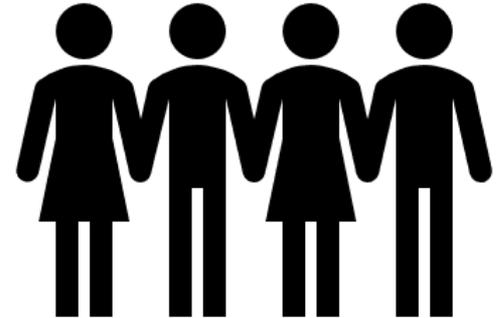
- Estos enfoques pueden ser eficaces y escalables, aunque deben ser accesibles a las poblaciones analfabetas, pobres y mayores

Impacto en servicios de salud mental basados en la comunidad

Grupos, asociaciones e iniciativas comunitarias no han podido reunirse durante varios meses

Las organizaciones que ofrecen protección y apoyo psicosocial a las personas con mayor riesgo son incapaces de hacer frente a las crecientes necesidades y restricciones de movimiento

Los servicios de salud mental basados en la escuela se han visto gravemente afectados y no son capaces de proporcionar una atención adecuada utilizando métodos remotos



Impacto en servicios de salud mental, neurológicos y por uso de sustancias debido a COVID-19



Increased rates of MNS conditions
(65% of COVID-19 patients in ICU in France showed signs of **confusion** or **delirium**
Ethiopia saw a **three-fold increase** in the prevalence of **depression**)



Disruption of services
(65 % reduction of attendance in day care treatment for mental health conditions in Lombardy-Italy)

Special groups

(In Canada, 47% of health-care workers reported a need for psychological support)



Increased deaths due to MNS disorders

(opioid overdose deaths increase by 20-50% in some US jurisdictions)



Suicide

Enhanced vulnerability to COVID-19 (30% of COVID-19 deaths in South Korea had comorbid **dementia**)



In humanitarian settings 1 in 5 suffer from a mental health condition (In South Sudan there is 1 mental health professional for every 4 million people)

COVID-19 SMAPS - Liderazgo



Coordinación multisectorial interinstitucional, integración en agenda política de alto nivel, coordinación del sector de la salud y documentación de buenas prácticas a nivel mundial.

IASC

Inter-Agency Standing Committee
IASC Reference Group for Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings

Policy Brief:
**COVID-19 and the
Need for Action
on Mental Health**

13 MAY 2020



Stories from the field: Providing mental health and psychosocial support during the COVID-19 pandemic

MHN and the World Health Organization Department of Mental Health and Substance Use are collaborating to highlight the incredible efforts of individuals and organisations providing mental health and psychosocial support during the COVID-19 pandemic.

The stories below share innovation and best practice through personal narratives from health care workers around the world.

- Mental Health and COVID-19
- Resources by Population Group
- Cross-cutting Resources
- Webinar Series



Staff support during COVID-19:
MHPSS initiatives from Miri General Hospital, Malaysia



Dr Raja Lope Adam, psychiatrist and MHPSS Team Leader at Miri General Hospital in Malaysia.

[Access here >](#)

Luchando contra el COVID-19:
Mental health support for migrants in Trinidad and Tobago



Dr Margaret Nakhid-Chatoor, Immediate Past President of the Trinidad and Tobago Association of Psychologists.

[Access here >](#)

Technology as an ally and barrier:
Supporting older adults in Ecuador and Spain during COVID-19



Andrea Alvarado, Clinical Psychologist from Ecuador specialising in working with the elderly.

[Access here >](#)



GLOBAL HUMANITARIAN RESPONSE PLAN COVID-19

UNITED NATIONS COORDINATED APPEAL
APRIL - DECEMBER 2020

GHRP MAY UPDATE

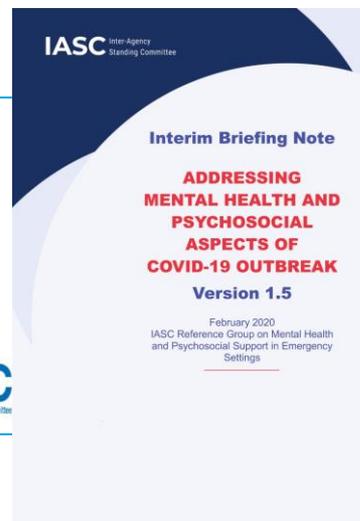
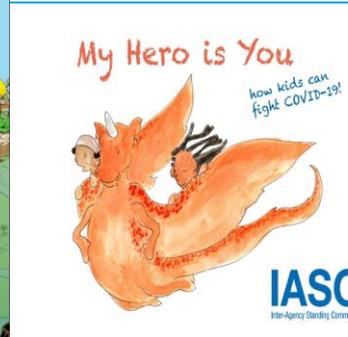
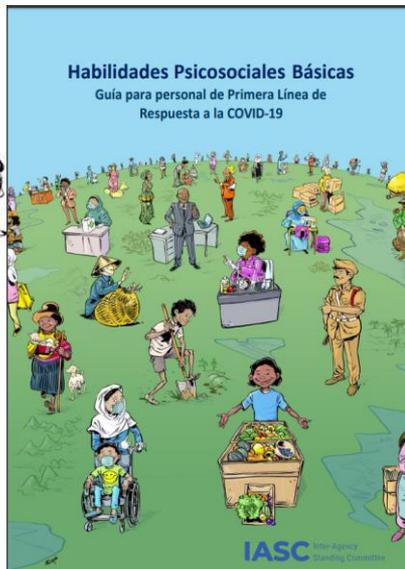


COVID-19 SMAPS Global Goods



Orientación técnica a los organismos sobre actividades, a los trabajadores de primera respuesta y materiales de asesoramiento público

Doing What Matters
in Times of Stress:
An Illustrated Guide



Asesoramiento al público sobre cómo hacer frente a los factores de estrés debido a COVID-19

World Health Organization
Coping with stress during the 2019-nCoV outbreak

It is normal to feel sad, stressed, confused, scared or angry during a crisis.
Talking to people you trust can help. Contact your friends and family.

If you must stay at home, maintain a healthy lifestyle - including proper diet, sleep, exercise and social contacts with loved ones at home and by email and phone with other family and friends.

Don't use smoking, alcohol or other drugs to deal with your emotions.
If you feel overwhelmed, talk to a health worker or counsellor. Have a plan, where to go to and how to seek help for physical and mental health needs if required.

Get the facts. Gather information that will help you accurately determine your risk so that you can take reasonable precautions. Find a credible source you can trust such as WHO website or, a local or state public health agency.

Draw on skills that have helped you in the past to help you cope with those skills during these challenging times.

Health workers

Feeling under pressure is a likely experience for you and many of your health worker colleagues.

It is quite normal to be feeling this way in the current situation.

#Coronavirus #COVID19

World Health Organization

World Health Organization

Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak

28 March 2020

In January 2020 the World Health Organization (WHO) declared the outbreak of a new coronavirus disease, COVID-19, to be a Public Health Emergency of International Concern. WHO stated that there is a high risk of COVID-19 spreading to other countries around the world. In March 2020, WHO made the assessment that COVID-19 can be characterized as a pandemic.

WHO and public health authorities around the world are working to contain the COVID-19 outbreak. However, this time of crisis is generating stress throughout the population. The considerations presented in this document have been developed by the WHO Department of Mental Health and Substance Use as a series of messages that can be used in communications to support mental and psychosocial well-being in different target groups during the outbreak.

Messages for the general population

- COVID-19 has and is likely to affect people from many countries, in many groups, those referring to people with COVID-19. Do not attach the disease to any particular individual. Be empathetic to all those who are affected, to avoid any stigma, especially if they do not show any signs, symptoms, or they appear to have recovered.
- Do not refer to people with the disease as "COVID-19 cases", "infected", "COVID-19 the disease". They are "people who have COVID-19", "people who are being treated for COVID-19", or "people who are recovering from COVID-19" and after recovering from the disease will go on with their jobs, families and loved ones. It is important to support them from having any stigma attached to COVID-19, in order to reduce stigma.
- Minimize watching, reading or listening to news about COVID-19 that causes you or others stress. Seek information only from trusted sources and monitor so that you can stop to improve your plans and protect yourself and loved ones. Seek information specific times during the day, once or twice. The sudden and near-constant stream about an outbreak can cause stress to feel worsened. Get the facts, not rumors, as you do through links from trusted sources. Do not

My Hero is You
how kids can fight COVID-19!

IASC
Inter-Agency Standing Committee

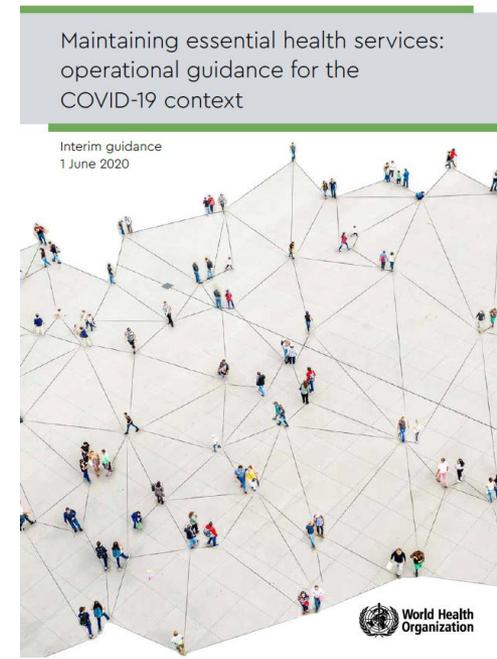
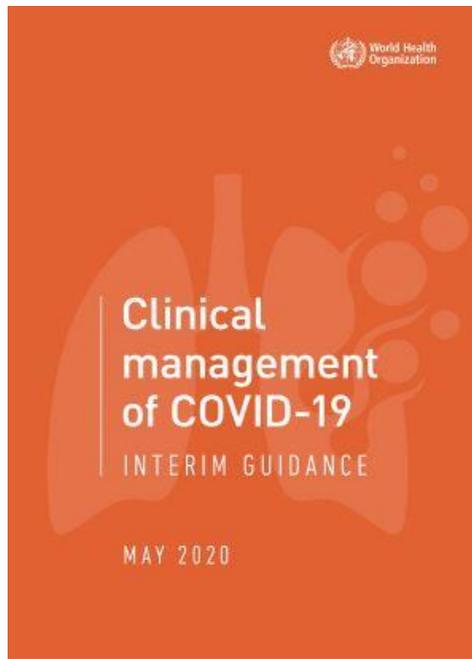
Looking after our mental health

More

Doing What Matters in Times of Stress: An Illustrated Guide

World Health Organization

Salud mental incluida en las guías COVID-19



Acciones recomendadas



Aplicar un enfoque de toda la sociedad para promover, proteger y cuidar la salud mental

1. Inclusión de la salud mental y consideraciones psicosociales en la respuesta nacional COVID-19
2. Proteger a las personas de las adversidades relacionadas con la pandemia que se sabe que dañan la salud mental
3. Comunicar sobre COVID-19 promoviendo la salud mental y el bienestar psicosocial

Garantizar la disponibilidad generalizada de salud mental de emergencia y apoyo psicosocial

1. Debe apoyarse la acción comunitaria que refuerce la cohesión social, la solidaridad, que reduzca la soledad y promueva el bienestar psicosocial
2. El acceso al apoyo remoto debe ampliarse para cualquier necesidad de salud mental
3. La salud mental y la atención social para las personas con enfermedades mentales graves y discapacidades psicosociales deben formar parte de la definición de servicios esenciales
4. Es preciso prestar atención prioritaria a la protección y promoción de los derechos humanos de las personas con enfermedades mentales graves y discapacidades psicosociales

Policy Brief:
COVID-19 and the
Need for Action
on Mental Health

13 MAY 2020

Apoyar la recuperación de COVID-19 mediante la creación de servicios de salud mental para el futuro



Abordar la inequidad y organizar servicios asequibles basados en la comunidad, que sean eficaces y protectores de los derechos humanos de las personas

Desarrollar la capacidad del personal en todos los sectores de la salud, las redes sociales y educativas para abordar la salud mental

Involucrar a las personas con experiencia vivida de enfermedad mental

Invertir para reducir el impacto de COVID-19 en salud mental y ayudar a garantizar que los países estén mejor preparados para mantenerse sanos mentalmente en el futuro

Cambiar las inversiones de la institucionalización a una atención de salud mental asequible y de calidad basada en la comunidad

La investigación debe ser parte de los esfuerzos de recuperación

